



Автономная
некоммерческая организация
высшего образования
«Московская Международная
высшая школа бизнеса
«МИРБИС» (Институт)

109147, г. Москва
ул. Марксистская, д.34, к.7
телефон: +7(495) 921-41-80
факс: +7 (495) 662 78 82
e-mail: info@mirbis.ru
<http://www.mirbis.ru>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Институт Трудового Долголетия.

План курса.

1. Программа по Информатике

Преподаватели: Александр Малинин (блок 1), Дмитрий Михайлин (блок 2)

БЛОК 1

Занятие	Тема	Часы
1	Вместо введения ✓ Немного истории (от мэйнфрейма до смартфона) Знакомимся с ПК ✓ Экран, мышь и клавиатура ✓ Основные разделы экрана и его настройка ✓ Проводник, папки, файлы	2
2	Интернет – наше все (Интернет – вторая грамотность) ✓ Что такое Интернет; ✓ Браузеры и их настройка ✓ Найти можно все ✓ Как пользоваться поисковиками (Google, Yandex) ✓ Правильная формулировка вопроса ✓ Википедия – современная энциклопедия	2
3	✓ Пишите письма ✓ Почтовые сервисы (mail и gmail) ✓ Создание своего почтового ящика ✓ Настройки почты (папки, фильтры)	2
4	Здесь всегда можно найти друзей, сообщников, помощников ✓ Социальные сети (Одноклассники, Facebook) ✓ Специализированные форумы ✓ YouTube ✓ Бесплатное видеообщение (Skype)	2

Занятие	Тема	Часы
5	Полезное времяпрепровождение (без очередей) <ul style="list-style-type: none"> ✓ Шопинг на диване ✓ Мобильный банк ✓ Картография и прокладка маршрутов ✓ Но враг не дремлет ✓ Меры предосторожности в Интернете 	2
6-8	Зачем нам грамотность, когда есть Word <ul style="list-style-type: none"> ✓ Общие настройки ✓ Создание, сохранение, открытие документы ✓ Использование шаблонов ✓ «Лента»: Главное меню и подменю (опции) ✓ Панель быстрого доступа ✓ Punto Switcher ✓ Шрифты и стили ✓ Форматирование текста ✓ Оформление страницы ✓ Ориентация и поля ✓ Номера страниц и колонтитулы ✓ Оформление и рецензирование документа ✓ Поиск и замена ✓ Оглавление ✓ Гиперссылки ✓ Примечания ✓ Исправления ✓ Дополнительные средства оформления ✓ Символы, формулы, картинки, объекты ✓ Таблицы: оформление и вычисления 	6
9-10	Калькулятор хорошо, а Excel лучше <ul style="list-style-type: none"> ✓ Общие настройки, создание, сохранение, открытие книги ✓ Использование шаблонов ✓ «Лента»: Главное меню и подменю (опции) ✓ Панель быстрого доступа ✓ Любая таблица состоит из ячеек ✓ Два типа имен ✓ Копирование, перемещение и удаление ✓ Поиск и замена ✓ Управление столбцами и строками таблицы (изменение размеров, удаление и скрытие) ✓ Разметка страницы и печать (ориентация, заголовки, масштаб) ✓ Простые и сложные формулы ✓ Операторы для создания формул ✓ Простая формула и адресация относительная и абсолютная ✓ Порядок выполнения сложных формул 	4

Занятие	Тема	Часы
11-13	<p>Формирование отчета по курсу в PowerPoint</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Первые шаги везде одинаковые с небольшими особенностями ✓ Общие настройки ✓ Создание, сохранение, открытие документы ✓ Использование шаблонов ✓ «Лента»: Главное меню и подменю (опции) ✓ Панель быстрого доступа <p>Подготовка вставляемых объектов</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Заметки к слайду ✓ Колонтитулы ✓ Выбор макета и цветовой гаммы для слайда ✓ Работа с картинками (вставка, группировка, разгруппировка) ✓ Таблицы и диаграммы из Excel ✓ Анимация ✓ Звуковое и видео сопровождение ✓ Демонстрация презентации ✓ Запись презентации для демонстрации 	6
	Итого	26

БЛОК 2

Как научиться писать пост

Для пользователей, желающих зарабатывать on-line или открыть свой стартап

Нельзя теоретически научиться варить суп! Надо попробовать самому. Поэтому теории на занятиях будет очень мало. Все умное и теоретическое мы расскажем вам весело и за пять минут. Все остальное время мы будем сочинять тексты на темы самые неожиданные.

Мы очень не хотим, чтобы вам было скучно! Скучные уроки невыносимы и совершенно бесполезны.

Поэтому мы постарались придумать такие задания, которые позволят буквально взорваться креативом. Что вы узнаете на наших занятиях?

Занятие	Тема	Часы
1	Главные правила написания постов, которые обязан знать любой человек, пишущий в социальные сети. Лучшие блоги, которые стоит читать, чтобы брать пример или делать лучше. Мы говорим об этом прямо на первом занятии, чтобы дальше можно было не наступать на общие грабли, а работать над своими собственными ошибками.	1
2	Как выбрать стратегию поведения в соцсетях? Следовать за повесткой дня? Вообще не обращать на нее внимание и придумывать свою собственную повестку? Отталкиваться от событий или от своего жизненного опыта? Или вообще вести специализированный блог о, скажем, домашних растениях или вулканах планеты Земля? Попробуем найти вашу социально-сетевую идентичность.	1
3	О чем, собственно, писать? Как и где находить темы? Как извлечь тему из воздуха? А, когда нашли, как тему «разыграть», как вытянуть из нее все и вложить в нее все, что вы хотите на этот счет донести до человечества?	1
4	Как найти свой собственный, ни на кого не похожий стиль? То есть сделать так, чтобы ваши посты узнавались с первых слов и их невозможно было бы перепутать с чьими-то другими. Какие устойчивые выражения нельзя употреблять категорически? Стоит ли придумывать свои «фирменные» слова? Разберемся.	1

Занятие	Тема	Часы
5	<p>Что такое метафора и за что ее все так любят. Зачем она вообще нужна в тексте. Как делать метафору и что такое антропоморфизм. Как объяснить что-то сложное через что-то простое с помощью метафоры. Как реализовать метафору, то есть как вернуть метафоре ее первоначальный смысл. Ну и конечно, зачем все это нужно.</p>	1
6	<p>Деталь и почему без нее в нашем деле никуда. Наблюдательность движет миром. Она особенно свойственна агентам ФСБ, журналистам и блогерам. Так же неплохо владели искусством детали Чехов, Сей-Сенагон, Набоков, Бунин, Довлатов и некоторые другие известные люди. Мы можем попробовать понять, как они это делали, и к ним присоединиться.</p>	1
7	<p>Речевой портрет и живая речь вообще. Это как и зачем. Во-первых, потому что это великий русский язык во всей красе. Во-вторых, это очень смешно. В-третьих, это умно. Ну, и, конечно, как это сделать правильно.</p>	1
8	<p>Портрет человека и почему это искусство. Возьмем метафору как прием и возьмем человека. А теперь напишем его портрет, используя метафору. А теперь возьмем деталь и снова возьмем человека. И снова напишем портрет. Человек один, а портреты разные – чудо!</p>	1
9	<p>Нарратив, саспенс, парадокс или как выпрыгнуть из штанов и почему это так важно.</p>	1

Занятие	Тема	Часы
10	Нужен ли SMM личным блогам? Как не только написать хороший пост, но и сделать его заметным? Удачный текст продвигает себя сам или ему в этом можно помочь?	1
	ВСЕГО ЧАСОВ	10

2. Общеобразовательная программа “Управление Здоровьем”.

Преподаватели: Елена Панимасова (1, 2, 7, 8), Борис Братусь (3), Яна Лейкина (4, 5, 6) Оксана Потоцкая (9)

Занятие	Тема	Часы
1	<p>Возраст счастья:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Мифы и реальность</i> ✓ <i>Тенденция образования для взрослых</i> ✓ <i>Виды обучения</i> ✓ <i>Возможности трудоустройства</i> 	2
2	<p>Рынок труда для тех, кому за 50</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Работа по специальности</i> ✓ <i>Начало новой карьеры</i> ✓ <i>Личностный рост</i> ✓ <i>Совмещение</i> 	2

Занятие	Тема	Часы
3	<p>Курс социальной адаптации</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Место психологии в современном мире. Психика и душа - общее и различное. Польза и опасность психологических знаний в повседневной жизни. ✓ Личность и характер. Как распознать ипостаси характера. Понятия психического и личностного здоровья. ✓ Основы практической психологии. Профилактика неврозов, депрессии, внутренних проблем личности 	6
4	Модель управления здоровьем	4
5	Реализация модели здоровья. 1 уровень	4
6	Реализация модели здоровья. 2 уровень	4
7	Личный бренд	2
8	<p>Развитие личности:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ творчество - рисование с демонстрацией элементов нейрографики (практическое занятие) ✓ рукоделие ✓ фотография ✓ духовные практики ✓ танцы 	4
9	<p>Лучшие практики в области управления здоровьем: оздоровительный комплекс «Искусство пестования жизни», состоящий из 12 несложных упражнений, прорабатывающий все отделы позвоночника, практикуя который можно вернуть гибкость и подвижность позвонкам, снять энергетические блоки, спазмы, мышечные зажимы, болевые симптомы.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Рекомендации по питанию (основанные на даосских оздоровительных практиках), 	8

Занятие	Тема	Часы
	<p>позволяющие улучшить качество жизни + практика;</p> <p>✓ рекомендации по расслаблению организма, обретение стрессоустойчивости жизни в мегаполисе</p> <p>✓ самомассаж акупунктурных точек долголетия + практика</p>	
	ВСЕГО ЧАСОВ	36

3. Право

Преподаватель: Александра Цветкова

№	Тема	Часы
1	Сделки с недвижимым имуществом на первичном и вторичном рынках: возможно ли предусмотреть все риски?	2
2	Земельные актуальные вопросы. Оспаривание кадастровой стоимости на недвижимое имущество. Споры с соседями по границам.	2
3	Жилищно-коммунальное хозяйство. Форма управления многоквартирным домом. Коммунальные платежи.	2
4	Правовые основы наследования. Наследование по закону и по завещанию.	2
5	Вопросы семейного имущества. Брачный договор.	2
6	Жилищные споры: выселение и снятие с регистрационного учета. Определение порядка пользования и раздел коммунальных услуг.	2
7	Правовые отношения между детьми и родителями. Лишение родительских прав. Алиментные обязательства.	2
8	Практические вопросы защиты чести, достоинства, деловой репутации.	2
9	Договор бытового подряда и оказания услуг.	2
10	Займы и кредитные договоры.	2
11	Споры о правах на недвижимое имущество: обжалование действий регистрирующих органов, легализация самовольной постройки, установление сервитута, признание права в силу приобретательской давности.	2
12	Отношения в сфере оказания медицинских услуг. Компенсация вреда жизни и здоровью.	2
13	Страхование имущества и страхования личности.	2
14	Как должны быть оформлены трудовые отношения. Восстановление нарушенных трудовых прав.	2
15	Авторское право, коммерческое право	2
16	Патентное право.	2
17	Создание юридических лиц и регистрация ИП. Порядок образования, учредительный документ, государственная регистрация.	2
18	Защита прав потребителей. Потребительский терроризм.	2
19	Банкротство физических лиц. Основы и судебная практика.	2
20	Право социального обеспечения, субсидии и пенсии.	2
	ВСЕГО ЧАСОВ:	40

4. Современная экономика

Преподаватель: Татьяна Кузьмина

Принимая во внимание возраст, статус аудитории и накопленный жизненный опыт, целью и задачей курса является создание (восполнение) экономической картины России сегодня, объяснение экономических процессов и основных экономических терминов. В связи с этим авторам курса предполагается сделать акцент в обучении на ряд экономических дисциплин, таких как: экономика переходного периода, прикладная микро и макроэкономика, личные финансы, основы предпринимательства.

№	Тема	Часы
1	Рыночная экономика и переход к рынку. Несовместимость двух систем (плановой и рыночной): либерализация цен и свобода торговли. Свободный рыночный курс рубля.	4
2	Инфляция – причины и последствия. Что такое инфляция и как обезопасить свои доходы	2
3	Роль государства в экономике. Монетарная и фискальная политика: примеры. Стабилизационный фонд.	2
4	Государственный бюджет и налоги	2
5	Рынок акционерного и долгового капитала, фондовый рынок Валютный курс, зачем его знать, если Ваши доходы в рублях. Платежный Баланс Страны. Теневая Экономика.	2
6	Личные финансы. Как вести личные финансы, инвестировать. - личный бюджет; - займы и кредиты; -налоги и инвестиционные счета; - инвестиции и сбережения;	10

	<p>- пенсия, пенсионные программы (государственные, негосударственные)</p> <p>- страхование;</p> <p>- карты и платежи;</p>	
7	<p>Основы микроэкономики. Структура рынка: конкуренция, монополия, олигополия</p>	2
8	<p>Теория отраслевых рынков: антимонопольная политика, сговор и ценовые войны.</p>	2
9	<p>Предпринимательство сегодня – компании малого и среднего бизнеса, стартапы.</p>	2
10	<p>стартапы.</p>	2
11	<p>Контрактные отношения. Выгода для компаний и работников. Работа вне офиса.</p>	2
	<p>ВСЕГО ЧАСОВ</p>	32